

Dr.Hauschka Med



Medizinische Pflege mit dem Wissen der Natur

Med Haut



Med Lippe



Med Zahn



Dr. Hauschka Med steht für medizinische Pflegeprodukte aus der Natur, die auf besondere Bedürfnisse abgestimmt sind. Durch ihren schützenden und ausgleichenden Effekt leisten die **Dr. Hauschka Med** Produkte mehr als normale Pflege und tragen dazu bei, Haut und Zähne gesund zu erhalten.

Inhalt

Dr. Hauschka Med	5	Dr. Hauschka Med Zahn	31
Medizinische Pflege mit dem Wissen der Natur	5	Wohlgefühl fängt im Mundbereich an	31
		Ernährung für gesunde Zähne	32
Dr. Hauschka Med Haut	7	Schutz für den Zahnschmelz	32
Durchlässige Grenze und sensibles Multitalent	7	Dr. med. dent. Hans Dieter Schwertfeger empfiehlt:	
Wenn die Haut trocken und wund wird	8	So putzen Sie richtig	33
Ursachen	8	Interview mit Dr. med. dent. Hans Dieter Schwertfeger	34
Den ganzen Menschen behandeln	10	Forte Zahncreme Minze	36
Was kann ich tun?	11	Sensitiv Zahncreme Sole	38
Interview mit Dr. med. Brigitte Roesler	12	Kinder Sensitiv Zahngel Orange	40
Pflege Lotion Mittagsblume	14	Mundspülung Salbei	42
Intensiv Creme Mittagsblume	16	Roskastanie für starke Zähne	44
Überlebenskünstler bei Trockenheit: die Mittagsblume	18	Bad Dürrenberger Sole für schonende Putzkraft	45
Auf die sehr trockene Haut abgestimmt:		infothek	46
Öle aus Jojoba, Sesam, Mandel & Co.	19		
infothek	20	Die WALA Heilmittel GmbH	48
		Qualität aus der Natur	48
Dr. Hauschka Med Lippe	22	Nachhaltiges Wirtschaften für	
Tor zur Seele: die Lippen	22	natürliche Qualität	48
Was tun gegen trockene Lippen und Lippenbläschen?	25	Anbauprojekte weltweit	48
Akut Lippenpflege Labimint	26	WALA Heilpflanzengarten	49
Der Saft der ganzen Pflanze: frische Presssäfte	28	Was bedeutet biologisch-dynamischer Anbau?	49
Wirksamer Sonnenhut	29	WALA Arzneimittel	50
		Dr. Hauschka Kosmetik	50
		Fragen zu Dr. Hauschka Med?	51
		Impressum	51



Dr.Hauschka Med

Medizinische Pflege mit dem Wissen der Natur

Dr.Hauschka Med steht für medizinische Pflegeprodukte aus der Natur, die auf besondere Bedürfnisse abgestimmt sind.

Durch ihren schützenden und ausgleichenden Effekt leisten die **Dr.Hauschka Med** Produkte mehr als normale Pflege und tragen dazu bei, Haut und Zähne gesund zu erhalten.

Das Herz der Produkte sind Substanzen aus der Natur, natürliche Öle und Heilpflanzen, die nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen in Zusammenarbeit mit Dermatologen, Zahnärzten, Kosmetikerinnen, Testinstituten und Universitäten in den eigenen Forschungslabors zu genau durchdachten pflegenden Rezepturen zusammengestellt wurden. Für die Auswahl der Heilpflanzen in diesen kosmetischen Präparaten sind nicht nur die Inhaltsstoffe ausschlaggebend, sondern ihre ganzheitliche Wirkung auf den Menschen.

Die kompetente Basis der **Dr.Hauschka Med** Präparate aus dem Hause WALA Heilmittel GmbH ist die mehr als 70-jährige Erfahrung, die die WALA bei der Entwicklung der Dr.Hauschka Kosmetik und der WALA Arzneimittel gewinnen konnte. Die verwendeten Heilpflanzen stammen, wann immer möglich, aus dem eigenen biologisch-dynamisch bewirtschafteten WALA Garten, aus kontrolliert-biologischem Anbau oder aus Wildsammlungen. Alle Komponenten sind streng auf ihre Qualität geprüft.

Zu **Dr.Hauschka Med** gehören

- › Dr.Hauschka Med Haut
- › Dr.Hauschka Med Lippe
- › Dr.Hauschka Med Zahn

Dr.Hauschka Med Präparate sind frei von chemisch-synthetischen

- › Farbstoffen
- › Duftstoffen
- › Konservierungsstoffen

Ausgezeichnet mit dem BDIH-Label
„Kontrollierte Natur-Kosmetik“



Dr.Hauschka Med – aus dem
Hause WALA Heilmittel GmbH.
Weitere Informationen unter:
www.dr.hauschka-med.de



Über die Haut kann die Seele atmen und wahrnehmen. Man könnte fast sagen:
Man sieht nur mit dem Herzen gut – aber mit der Haut erst begreifen wir die Welt.

Dr.Hauschka Med Haut – endlich eine Haut zum Wohlfühlen

Durchlässige Grenze und sensibles Multitalent

Unsere Haut hat eine wichtige Funktion als Grenze zur Außenwelt und Regulator des inneren Gleichgewichts. Bestandteile der Hornzellen, Talg und Schweiß bilden den Säureschutzmantel, der Krankheitserreger abwehrt. Gegen Überhitzung scheidet die Haut Schweiß aus, der auf der Hautoberfläche verdunstet und dadurch kühlt. Droht die Körpertemperatur abzusinken, erzeugen wir durch Gänsehaut Wärme. Temperaturfühler in der Haut geben Meldung an das zentrale Nervensystem, das für eine Umverteilung der Wärme im Körper über das Blutsystem sorgt. So wirken alle Bereiche des Organismus daran mit, das innere Gleichgewicht des Menschen, die so genannte Homöostase, aufrechtzuerhalten.

Aber die Haut hat nicht nur physiologische Aufgaben. Wer errötet oder erblasst, wem ein Schauer über den Rücken läuft oder wer Schweißausbrüche bekommt, weiß um die vielseitige Ausdrucksweise der Haut, des Spiegels unserer Seele, die eng mit dem Blutsystem verbunden ist.

Ist die Barrierefunktion der Haut gestört, kann das ein Hinweis auf eine seelische Grenzverletzung sein. Die Haut wird sehr trocken, Juckreiz, Rötungen und Schuppenbildung können die Folge sein. Wichtig ist es nun, die Haut mit einer stärkenden Körperpflege zu unterstützen. Denn gepflegt ist sie widerstandsfähiger und juckt seltener.

Die Haut in Zahlen:

- › mit 1,5 bis 2 Quadratmetern flächenmäßig das größte,
- › mit bis zu 10 Kilogramm (Haut mit Unterhaut) das schwerste Organ des menschlichen Organismus

Die Aufgaben der Haut:

- › Wärmeregulation
- › Schutz vor Sonne und Krankheitserregern
- › Tast-, Schmerz- und Temperaturempfinden
- › Ausscheidung
- › Mitwirken an der so genannten Homöostase, der Selbstregulation des natürlichen inneren Gleichgewichts des Menschen

Wenn die Haut trocken und wund wird

Viele kennen die Momente, in denen die Haut sehr trocken ist. Die oberste Hautschicht (Epidermis) wird spröde und kann die Feuchtigkeit nur noch reduziert vor dem Verdunsten bewahren. Wer jetzt anfängt zu kratzen, kommt schnell in einen Teufelskreis aus vermehrtem Juckreiz und erhöhter Trockenheit. Die Haut kann schuppig und spröde oder sogar wund werden.

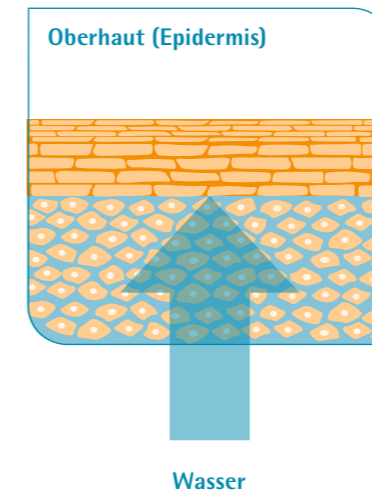
Ursachen

Trockene Haut kann verschiedene Ursachen haben (s.S. 12). In manchen Fällen ist sie ein Hinweis auf eine Neurodermitis. Wenn diese im Vollbild ausbricht, leiden die Betroffenen unter extremem Juckreiz und nässenden Ekzemen. Bis zu 20 Prozent der Bevölkerung in den westlichen Industrienationen leiden an atopischen Hauterkrankungen, zu denen die Neurodermitis gehört. Bei Kindern sind es sogar bis zu 25 Prozent.

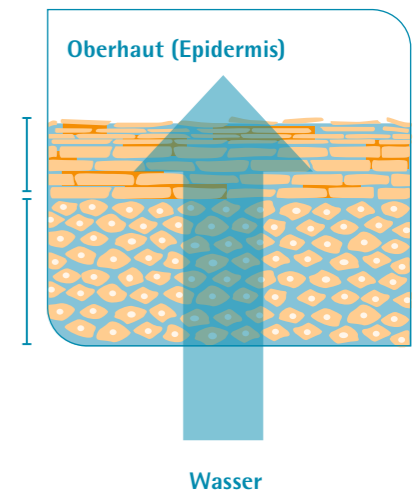
Die Veranlagung, an einer Neurodermitis zu erkranken, ist vererbbar. Eine quantitative und qualitative Veränderung der Lipidzusammensetzung sowie eine Mutation des Schutzproteins Filaggrin können zum Teil den Defekt der Hautbarriere erklären. Durch die Veränderungen kann die Haut den Körper nur noch unzureichend vor dem Austrocknen schützen. Das Phänomen lässt sich über den so genannten transepidermalen Wasserverlust quantifizieren. Welche Ursachen es sind, die die genetisch basierte Hauterkrankung ausbrechen lassen, ist bis heute allerdings nicht eindeutig geklärt. Eine wesentliche Rolle scheinen Umweltbelastungen zu spielen. In unserer Gesellschaft sind wir übermäßig vielen chemisch-synthetischen Fremdstoffen ausgesetzt, mit denen sich der Organismus auseinandersetzen muss. Dazu kommen die seelischen Anforderungen in Familie und Beruf. Manchmal reicht eine Kleinigkeit, um das Fass zum Überlaufen zu bringen. Wir halten nicht mehr Stand, sind schutzlos und wund.

Dass Haut und Empfindung eng miteinander verwoben sind, zeigt sich schon in der Embryonalentwicklung. Sowohl die Haut als auch das Nervensystem und die Sinnesorgane stammen aus dem gleichen embryonalen Zellursprung, dem Ektoderm.

Normale Haut



Trockene Haut



Die Haut ist dreigliedrig aus Oberhaut (Epidermis), Lederhaut (Dermis) und Unterhaut (Subcutis) aufgebaut. Die **Oberhaut (Epidermis)** besteht aus mehreren Zellschichten (Keratinozyten), die an der Hautoberfläche verhornen (Hornzellen oder Korneozyten). Eine Schicht aus Lipiden und Proteinen verbindet die Korneozyten so fest miteinander, dass sie eine sichere Barriere bilden, über die der Körper nur wenig Flüssigkeit verliert. Eine veränderte Lipidzusammensetzung sowie ein Defekt des Proteins Filaggrin, das eine verbindende Funktion zwischen den Korneozyten einnimmt, lässt die Barriere löchrig werden. Die Haut trocknet aus und juckt.

Hauterkrankungen können einen Hinweis auf Organerkrankungen geben.

Den ganzen Menschen behandeln

Die Haut ist nicht nur Spiegel der Seele, sondern auch der Vorgänge im Körper. Auf der Hautoberfläche enden zahlreiche Nerven, die mit dem Inneren des Körpers in Verbindung stehen. Ist ein Organ geschwächt oder erkrankt, spiegelt sich das auf der Haut wider. Deshalb ist es wichtig, den ganzen Menschen zu behandeln, wenn er an Neurodermitis erkrankt ist. Eine ganzheitliche Therapie macht die Behandlung der Haut mit entzündungshemmenden Arzneimitteln oft überflüssig. Für die Behandlung werden hautwirksame Heilpflanzen eingesetzt, die das Ekzem nicht unterdrücken, sondern ausheilen lassen.

Hautforschung in Freiburg: Heilpflanzen helfen der Haut

Pflanzen erfreuen nicht nur das Auge, sie enthalten auch eine Vielzahl interessanter Inhaltsstoffe wie Antioxidantien, entzündungshemmende und antimikrobielle Substanzen, die der Haut guttun. Die Nutzbarkeit vieler Pflanzeninhaltsstoffe zur Behandlung von Hauterkrankungen, zum Beispiel Gerbstoffe bei Neurodermitis, ist bisher erst ansatzweise erforscht. Um bei dieser Forschungslücke anzusetzen und sowohl die heilsamen als auch die schädlichen Wirkungen von Pflanzen sowie die des Lichtes auf die Haut genau zu untersuchen, wurde das Kompetenzzentrum skintegral® an der Universitäts-Hautklinik Freiburg gegründet. Neben anderen fördern die WALA Heilmittel GmbH und die gemeinnützige Dr.Hauschka Stiftung dieses Projekt. Weiterführende Informationen zu skintegral® finden Sie unter:
www.uniklinik-freiburg.de/hautklinik/live/skintegral.html

Was kann ich tun?

Die Haut spiegelt unsere Lebensweise. Verschiedene Auslöser können die Haut trockener werden lassen oder reizen. Welche das sind, können Sie gut mit einem Tagebuch herausfinden. Notieren Sie, was Sie gegessen, welche Kleidung Sie getragen, womit Sie sich gepflegt, was Sie unternommen oder worüber Sie sich geärgert haben, und schreiben dazu, wie sich Ihre Haut angefühlt hat.

Ein Hauttagebuch hilft, Auslöser für Neurodermitisschübe zu finden. Eine Vorlage finden Sie unter www.dr.hauschka-med.de.

Wenn Sie unter sehr trockener Haut oder Neurodermitis leiden, sollten Sie auf ausreichend körperliche Bewegung und eine ausgewogene, hochwertige Ernährung achten. Dabei gibt es keine allgemeingültige Empfehlung. Etwa 30 Prozent der Menschen, die unter Neurodermitis leiden, sind gegen bestimmte Lebensmittel oder andere Stoffe allergisch. Deshalb ist es oft wichtig, einen Allergietest durchführen zu lassen.

Klären Sie Allergien und Unverträglichkeiten ab.

Bei der Gesichts- und Körperpflege sollten Sie auf chemisch-synthetische Inhaltsstoffe und Duftstoffe verzichten. Es zeigt sich immer wieder, dass Pflegepräparate mit natürlichen ätherischen Ölen ein erstaunlich geringes kontaktallergenes Potenzial besitzen und deshalb auch für Allergiker gut verträglich sind.

Genauso können synthetische Stoffe und sogar bestimmte Waschmittel die extrem trockene Haut reizen. Testen Sie aus, welche Fasern Sie am besten vertragen, und spülen Sie die Kleidung immer gut aus. Gut vertragen werden meistens Baumwolle und Leinen.

Baumwolle, Seide und Leinen sind besser verträglich.

Luftbefeuchter in geschlossenen Räumen vermindern besonders im Winter, dass die Haut zusätzlich austrocknet.

Befeuchten Sie die Raumluft.

Lernen Sie Techniken, sich gegen Stress abzugrenzen. Heileurythmie, eine Bewegungstherapie, die ein gestörtes Kräfteverhältnis im Körper wieder ins Gleichgewicht bringt, kann hier eine gute Hilfe sein.

Bauen Sie Stress ab.



Interview mit der anthroposophischen Hautärztin Dr. med. Brigitte Roesler

Dr.Hauschka Med: Trockene Haut kennen wahrscheinlich viele. Was sind die Ursachen, und muss ich trockene Haut in jedem Fall speziell behandeln?

Dr. med. Brigitte Roesler: Die Ursachen sind ganz unterschiedlich. Viele Menschen haben im Winter eine trockene Haut, wenn die kalte Luft draußen und die Heizungsluft drinnen sehr trocken sind. Aber auch die Sonne und Freibadbesuche im Sommer können die Haut austrocknen. In diesen Fällen reicht oft eine hochwertige und reichhaltige Körperpflege, damit sich die Haut regeneriert.

Manchmal kommt zu der Trockenheit der Haut auch noch Juckreiz. Sind die Ursachen die gleichen?

Der Übergang von Juckreiz aufgrund sehr trockener Haut zu Juckreiz, der innere, organische oder seelische Ursachen haben kann, ist oft fließend. Die Haut ist unser Schutzorgan, mit dem wir uns auch seelisch abgrenzen. Manchmal wür-

den wir am liebsten aus der Haut fahren, könnten uns die Haut sozusagen herunterkratzen. Das ist dann ein Ausdruck nervlicher Anspannung oder seelischen Kummers.

Sollte ich mit Juckreiz gleich zum Hautarzt gehen?

Das hängt sicherlich davon ab, wie belastend der Juckreiz für jemanden ist. Wenn die betroffene Person etwa sogar die Haut aufkratzt, was Infektionen zur Folge haben kann, sollte sie auf jeden Fall zum Hautarzt gehen und sich untersuchen lassen. Manchmal können auch Unverträglichkeiten auf einen bestimmten Stoff oder eine Organschwäche, zum Beispiel von Niere oder Leber, die Ursache für Juckreiz oder Ekzeme sein.



Juckreiz kann auch Ausdruck eines atopischen Ekzems sein. Was genau ist das?

Die so genannten atopischen Erkrankungen, zu denen die Neurodermitis (atopisches Ekzem), Heuschnupfen und allergisches Asthma gehören, sind leider eine immer weiter verbreitete Gruppe von Krankheitsbildern. Sie sind Ausdruck einer Überempfindlichkeit, die durch das Zusammenspiel von Umweltbelastungen und gesellschaftlicher Überforderung entstehen kann. Von Neurodermitis sind oft Personen betroffen, die man als Kopfmenschen bezeichnen würde, die also ihre Kräfte mehr auf das Denkerische, Nervliche und weniger auf das Seelische verwenden.

Welche Therapie empfehlen Sie einer Person, die an einem atopischen Ekzem leidet?

Die Haut ist Spiegel unseres Befindens, aber auch der inneren Organe. Beides gilt es, mit Hilfe naturheilkundlicher

Therapien zu stärken. Innerlich setze ich arzneiliche Zubereitungen hautwirksamer Heilpflanzen und potenziierter Mineralien ein. Kunst- und Gesprächstherapien oder Heilrhythmie stärken den Patienten. Therapien, bei der sich die Betroffenen mit der Frage auseinandersetzen können, was sie an ihrem Leben positiv gestalten können, um sich wieder wohl in ihrer Haut zu fühlen. Eine hochwertige Körperpflege verbindet dieses Wohlfühlen mit dem Aspekt, sich selbst Hülle zu verleihen und sich mehr mit seinem Körper zu verbinden. Eine hier passende Körperpflege ist optimal, wenn sie die Barrierefunktion der Haut stärkt und auf einer pflegenden Fettgrundlage basiert, die auf die trockene Haut abgestimmt ist.

bei sehr trockener,
juckender, schuppiger Haut
zur täglichen Körperpflege
bei Neurodermitis



Dr.Hauschka Med Pflege Lotion Mittagsblume

Gesunde Haut hat eine wichtige Funktion als Grenze zur Außenwelt. Ist diese Barrierefunktion gestört, wird die Haut sehr trocken. Juckreiz, Rötungen und Schuppenbildung können die Folge sein. Wichtig ist es nun, die Haut mit einer stärkenden Körperpflege zu unterstützen. Dr.Hauschka Med **Pflege Lotion Mittagsblume** ist in diesen Situationen die richtige Basispflege für jeden Tag, die ein angenehmes Hautgefühl verleiht. Denn eine gepflegte Haut kann sich besser abgrenzen und juckt weniger.

- Reduziert das Spannungsgefühl und beugt Juckreiz vor
- Beruhigt und versorgt die Haut anhaltend durch die feuchtigkeitsreiche Mittagsblume
- Stärkt die hauteigenen Widerstandskräfte und die natürliche Barrierefunktion
- Mit genau auf die Bedürfnisse der sehr trockenen und neurodermitischen Haut abgestimmten hochwertigen Ölen
- Hinterlässt keinen Fettfilm
- Gemeinsam mit erfahrenen Dermatologen entwickelt

Anwendung: für die tägliche Anwendung auf den gesamten Körper auftragen. Ein Nachcremen ist in der Regel nicht notwendig.



- › Für Kinder sehr gut verträglich
- › Ausgezeichnete Wirksamkeit und Hautverträglichkeit durch ein unabhängiges Testinstitut in klinisch-dermatologischen Tests auch mit Neurodermitikern bestätigt
- › Frei von chemisch-synthetischen Farb- und Konservierungsstoffen
- › Bewusst unparfümiert

Pflege Lotion Mittagsblume, 200 ml

Inhaltsstoffe: Wasser, Auszug aus Mittagsblume (Presssaft), Glycerin, Alkohol, Jojobaöl, Avocadoöl, Mandelöl, Tapiokastärke, Bienenwachs, Wollwachs, Lecithin, Mangobutter, Sheabutter, Auszug aus Karotte, Zucker-Fettsäureester, Meeresalgenauszug, Glycerin-Fettsäureester, Hektorit, Xanthan, Stearinsäure, Amyrisöl, Auszug aus Rosmarin, Milchsäure-Fettsäureester.

- › Für Kinder sehr gut verträglich
- › Ausgezeichnete Wirksamkeit und Hautverträglichkeit durch ein unabhängiges Testinstitut in klinisch-dermatologischen Tests auch mit Neurodermitikern bestätigt
- › Frei von chemisch-synthetischen Farb- und Konservierungsstoffen
- › Bewusst unparfümiert

Intensiv Creme Mittagsblume, 50 ml

Inhaltsstoffe: Wasser, Auszug aus Mittagsblume (Presssaft), Avocadoöl, Glycerin, Mangobutter, Alkohol, Glycerin-Fettsäureester, Mandelöl, Jojobaöl, Sesamöl, Wollwachs, Fettalkohole, Bentonit, Sheabutter, Auszüge aus Karotte und Rosmarin, Amyrisöl, Lecithin, Xanthan.



Dr.Hauschka Med Intensiv Creme Mittagsblume

Viele kennen die quälenden Zeiten, in denen die Haut extrem trocken ist und dadurch juckt, speziell an Problemstellen im Gesicht, in Armbeugen oder Kniekehlen. In diesen Phasen ist eine medizinische Hautpflege nötig, die intensiv pflegt und den Feuchtigkeitsgehalt der Haut verbessert. Das unterbindet den Teufelskreis aus Juckreiz, Aufkratzen und verstärktem Jucken der Haut. Dr.Hauschka Med **Intensiv Creme Mittagsblume** verhilft besonders trockenen Hautpartien, die in der Folge stark schuppen, jucken, irritiert und gereizt sind, wieder zu einem natürlichen Fett-Feuchtigkeits-Gleichgewicht, der Juckreiz klingt ab.

- Reduziert das Spannungsgefühl
- Beruhigt und versorgt die Haut anhaltend durch die feuchtigkeitsreiche Mittagsblume
- Stärkt die natürliche Barrierefunktion der Haut
- Mit genau auf die Bedürfnisse der sehr trockenen und neurodermitischen Haut abgestimmten hochwertigen Ölen
- Hinterlässt keinen Fettfilm
- Gemeinsam mit erfahrenen Dermatologen entwickelt



Anwendung: täglich je nach Bedarf ein- oder mehrmals auf die betroffenen Hautpartien auftragen.

zur partiellen Pflege bei sehr trockener, juckender, schuppiger Haut

therapiebegleitende Pflege bei Neurodermitis

Überlebenskünstler bei Trockenheit: die Mittagsblume

Zubereitungen aus der widerstandsfähigen Mittagsblume (*Mesembryanthemum crystallinum*) pflegen und beruhigen die Haut, lindern Juckreiz und Rötung. Das erkannte die Krankenschwester Waltraud Marschke, als sie am anthroposophischen Therapeutikum auf der kanarischen Insel Lanzarote tätig war. Ihr fiel die wundersame Pflanze auf, die dort in größter Hitze vital wächst. Nach vielen praktischen Erprobungen der Mittagsblume publizierte Waltraud Marschke ihr Wissen, das seitdem immer weitere Kreise zieht. Mittagsblumenzubereitungen erhöhen die Hautfeuchtigkeit und glätten die Haut. Die Feuchthaltefaktoren der Mittagsblume besitzen sogar Ähnlichkeit mit denen der menschlichen Haut, was die gute feuchtigkeitsbindende Fähigkeit von Mittagsblumenzubereitungen erklärt.

Widerstandsfähig gegen heißestes Klima

Die Mittagsblume ist zur Spezialistin in Sachen Flüssigkeitsversorgung geworden, um in ihrer ursprünglichen Heimat Südafrika überleben zu können. Sie wächst dort vital ganze Flächen in der prallen Sonne zu. Ihr Geheimnis liegt in ihren Blättern: Sie sind dick, saftig und übersät mit glänzenden Flüssigkeitsreservoirs, die in der Sonne funkeln wie Tautropfen. Wie aber kann sie bei großer Trockenheit so viel Wasser in sich sammeln? Dazu hat die Mittagsblume gleich zwei Tricks parat: einmal eine spezielle Atemtechnik und zusätzlich eine Lösung mit Salz.

Tagsüber hält die Mittagsblume die Luft an

Normalerweise nehmen Pflanzen am Tag Kohlendioxid auf, um es mit Hilfe von Sonnenlicht in Zucker (Glukose) und Sauerstoff umzuwandeln. Sie atmen durch Öffnungen auf der Blattunterseite, durch die sie allerdings auch Wasser verlieren. Die Mittagsblume verschließt tagsüber diese so genannten Spaltöffnungen, wodurch sie den Wasserverlust

um 90 Prozent reduziert, und atmet erst nach Sonnenuntergang. Das aufgenommene Kohlendioxid bindet sie an ein Molekül, das sie am nächsten Morgen mit Hilfe der Photosynthese zu Glukose und Sauerstoff weiterverarbeitet.

Natürliche Feuchthaltefaktoren

Das ist aber noch nicht alles. Die Mittagsblume hat die zuerst nicht zu verstehende Eigenart, Speisesalz (Natriumchlorid) in sich zu sammeln. Jede normale Pflanze stirbt, wenn sie mit zu viel Salz in Berührung kommt. Die Mittagsblume holt sich stattdessen in Küstennähe sogar Salz aus der Luft, wenn der Boden nicht salzhaltig ist. Der Salzgehalt löst in der Pflanze die Produktion von Fruchtsäuren aus. Und diese ergeben wiederum zusammen mit Zuckeralkoholen, reichlich vorhandenem Magnesium und der Aminosäure Prolin einen natürlichen Feuchthaltefaktor. Diese Inhaltsstoffe der Mittagsblume ziehen die wenige Feuchtigkeit der Umgebung geradezu an und binden sie. Besonders eindrücklich lässt sich dies an abgeschnittenen Zweigen beobachten, die man ohne Wasser auf den Tisch legt. Sie bleiben viele Wochen vital!

Auf die sehr trockene Haut abgestimmt: Öle aus Jojoba, Sesam, Mandel & Co.

Die oberste Hautzellschicht, die Epidermis, ist durch verschiedene körpereigene Fettsäuren geschützt, die auf und zwischen den Zellen liegen. Durch ihre kittende Funktion verhindern sie, dass der Körper über die Haut zu viel Flüssigkeit verliert (so genannter transepidermaler Wasserverlust). Von außen aufgetragene Fette und Öle können umso besser diese schützende Funktion unterstützen, je mehr sie den Fettsäuren in der menschlichen Haut entsprechen. Deshalb ist in den **Dr.Hauschka Med Haut** Präparaten eine Kombination verschiedener natürlicher Öle enthalten, die denen der menschlichen Haut sehr ähneln. Diese Cremegrundlage zieht einerseits sehr gut pflegend in die Haut ein und legt sich zusätzlich schützend auf die Epidermis, ohne nachzufetten.



Mandelöl – *Prunus dulcis*

Die pflegende Grundlage der Dr.Hauschka Med Haut Präparate ist dreistufig aufgebaut:

- › Ein Teil der Öle zieht sehr schnell ein
- › Ein zweiter bleibt noch während des Auftragens auf der Haut und zieht erst dann ein
- › Der dritte Ölanteil bleibt schützend auf der Haut liegen

Dr.Hauschka **Med Haut**



Mittagsblume –
Mesembryanthemum crystallinum

infothek

Einen Ratgeber sowohl für gesunde als auch für problematische Haut mit Austauschforen finden Sie unter: www.hautsache.de

Der Bundesverband Neurodermitiskranker in Deutschland e.V. ist eine Selbsthilfeorganisation mit etwa 50 Selbsthilfegruppen in Deutschland: www.neurodermitis.net

Der Deutsche Neurodermitikerbund e.V. möchte mittels Informationen Mut machen und die Lebensqualität der Betroffenen verbessern: www.neurodermitis-bund.de

Hilfe zur Selbsthilfe für Neurodermitiker mit dem größten Austauschforum für Neurodermitis bietet: www.neurodermitisportal.de

Neurodermitisschulungen informieren über das Krankheitsbild und Therapiemöglichkeiten und geben Ratschläge für den Alltag, für Betroffene und Eltern gleichermaßen: www.neurodermitisschulung.de

Adressen von Heileurythmisten sowie anthroposophischen Ärzten, die die Haut ganzheitlich therapieren, finden Sie unter: www.heileurythmie.de und www.anthroposophischeaerzte.de



Buchtipps

Lüder Jachens

Hautkrankheiten ganzheitlich heilen: ein Ratgeber aus anthroposophischer Sicht

Stuttgart: aethera 2006

ISBN 978-3-7725-5037-9

Unsere Haut ist der sichtbare und spürbare Grenzbereich zwischen innen und außen. Sie ist freudig empfänglich für eine zarte Berührung oder gereizt und entzündet, wenn schädliche Einflüsse zur Belastung werden. Der Dermatologe und Allergologe Dr. med. Lüder Jachens bietet mit seinem Ratgeber den Betroffenen die Möglichkeit, sich nicht nur über die einzelnen Krankheiten, ihre Ursachen und ihre Behandlung zu informieren, sondern zudem ein ganzheitliches Verständnis für die Haut zu gewinnen. Dieser Ratgeber zeigt der wachsenden Zahl der von Hautkrankheiten Betroffenen, welche Art der Selbstmedikation möglich und welche Behandlung durch den Arzt nötig ist.



Lüder Jachens

Haut & Seele: ein geheimnisvolles Wechselspiel

Esslingen: Gesundheitspflege initiativ 2009

ISBN 978-3-932161-66-7

Die Haut ist das größte Organ des Menschen. Sie atmet, fühlt, schützt und spiegelt in vielfältiger Weise seelische Prozesse wider. Wie kann dieses intime Wechselspiel zwischen Haut und Seele besser verstanden werden? Welcher Zusammenhang lässt sich zwischen Hautkrankheiten und den Einseitigkeiten der eigenen Persönlichkeit erkennen?

Dr. med. Lüder Jachens zeigt nachvollziehbare Wege zu einem ganzheitlichen Gesundheits- und Krankheitsverständnis. Betroffene werden sich in den Charakterisierungen nicht nur wiedererkennen – sie werden Anregungen finden, ihre Beschwerden neu zu sehen, und dabei gleichzeitig grundlegende Entwicklungschancen für die eigene Persönlichkeit entdecken.

Dr.Hauschka Med Lippe

Tor zur Seele: die Lippen

Lippenhaut ist mit nur drei bis fünf Zellschichten sehr dünn – im Vergleich zu den etwa 16 Hautschichten der übrigen Gesichtshaut.

Weil die Lippenhaut so dünn ist, scheinen die darunterliegenden Blutgefäße durch. So entsteht die rote Lippenfarbe.

Die Haut der Lippen unterscheidet sich stark von jener, die unseren Körper umhüllt. Die oberste Hautschicht der Lippen ist extrem dünn, die Hornhaut ist nur einen zwanzigstel Millimeter dick, ein schützender Hydrolipidfilm und Behaarung fehlen. Die Lippenhaut enthält keine Schweiß- und Talgdrüsen und bildet kein schützendes Melanin, das bei Sonneneinstrahlung unsere normale Haut braun werden lässt.

Dafür enthält die Lippenhaut sehr viele Nervenenden und Blutgefäße, mit deren Hilfe sie fein abgestuft Berührungen und Temperaturunterschiede wahrnehmen kann. Die Dünnhäutigkeit ist der Preis für die hohe Sensibilität, um die bereits Kinder wissen. Sie ertasten die Dinge gerne mit dem Mund.



Nirgendwo sind Körper und Seele so eng miteinander verwoben wie in der Haut. Besonders auf den Lippen erspüren wir einen Hauch der Seele.



Pfefferminze – Mentha piperita

Was tun gegen trockene Lippen und Lippenbläschen?

Sonne, Wind und extreme Temperaturen belasten die empfindlichen Lippen. Sie trocknen aus, die Mundwinkel können einreißen. Viele kennen zudem das Spannungsgefühl in den Lippen, dem oft ein Kribbeln folgt. Oft entstehen auf oder um die Lippen herum nach diesen ersten Anzeichen Bläschen, die schmerzen und aufspringen können.

Eine hochwertige Pflege der zarten Lippen macht sie widerstandsfähiger gegen Umwelteinflüsse. Reichhaltig versorgt, bleibt die Lippenhaut geschmeidig und reißt nicht ein. Bei starker Sonneneinstrahlung, zum Beispiel am Meer oder im Gebirge, schützt zusätzlich eine Creme mit hohem Lichtschutzfaktor vor der austrocknenden UV-Strahlung. Eine gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und Schlaf halten Ihren Körper vital und machen Sie weniger anfällig gegen Stress. Die beste Voraussetzung für gesunde Lippen.



Lachen ist auch für die Lippen gesund. Die Dehnung der Lippenhaut hält sie flexibel und verringert die Gefahr von Austrocknung und Einrissen.

Dr.Hauschka Med Akut Lippenpflege Labimint

bei spannenden,
kribbelnden Lippen

Dr.Hauschka Med **Akut Lippenpflege Labimint** kühlt und pflegt bei Lippenbläschen und beugt ihnen, frühzeitig aufgetragen, vor. Das Herz dieser angenehm geschmeidigen Lippenpflege sind die kostbaren frisch gepressten Säfte von Ringelblume und Sonnenhut, die für ihre entzündungshemmende und regenerationsfördernde Kraft bekannt sind. Die zu 100 Prozent puren Heilpflanzensäfte ergänzt ein Auszug aus dem antimikrobiell wirkenden Salbei.

- Die natürliche Cremebasis mit dem schnell einziehenden Jojobaöl macht die Lippen samtweich
- Natürliches Pfefferminzöl verleiht besonders bei Spannungsgefühl eine angenehm kühlende Frische – von den Lippen bis zum Atem



Ringelblume – *Calendula officinalis*



Salbei – *Salvia officinalis*



Sonnenhut – *Echinacea pallida*



Anwendung

Bereits beim ersten Spannungsgefühl und Kribbeln der Lippen die Dr.Hauschka Med **Akut Lippenpflege Labimint** mehrmals über den Tag verteilt auftragen.

- › Frei von chemisch-synthetischen Farb-, Duft- und Konservierungsstoffen

Akut Lippenpflege Labimint, 5 ml

Inhaltsstoffe: Wasser, Auszüge aus Ringelblume, Alkohol, Auszüge aus Sonnenhut (*Echinacea*), Glycerin, Auszug aus Salbei, Erdnussöl, Wollwachs, Fettalkohole, Pfefferminzöl, Jojobaöl, Hektorit, Ätherische Öle, Xanthan, Lecithin.



Der Saft der ganzen Pflanze: frische Presssäfte

In Dr.Hauschka Med Haut und Lippe ist die Kraft der ganzen Pflanze von Sonnenhut, Ringelblume und Mittagsblume aus biologisch-dynamischem Anbau enthalten. Blüten, Blätter und Stängel werden sofort nach der Ernte ausgepresst. Für die Mittagsblume übernimmt das unser Partner in der südafrikanischen Heimat dieser hitzeliiebenden Pflanze. Anders als bei Pflanzenauszügen enthalten die frisch gepressten Säfte die unverdünnte Gesamtheit der vitalen Pflanzen. Sämtliche Inhaltsstoffe der hochkomplexen Heilpflanzen sind in den gehaltvollen Säften enthalten. Das macht ihre besondere Wirkkraft aus.

Die Dr.Hauschka Med Pflege Lotion Mittagsblume enthält den hundert Prozent puren Saft der Mittagsblume, genauso wie die Dr.Hauschka Med Intensiv Creme Mittagsblume. In der Dr.Hauschka Med Akut Lippenpflege Labimint sind die frischen, unverdünnten Säfte aus Sonnenhut und Ringelblume verarbeitet.

Oben: Ein WALA Mitarbeiter verarbeitet erntefrischen Sonnenhut, den er vor dem Pressen zerkleinert. Aus den gehäckselten Pflanzen gewinnt er einen gehaltvollen unverdünnten Presssaft, der die Gesamtheit der frischen Pflanze enthält (unten).



Wirksamer Sonnenhut

In der kalten Jahreszeit spielt der Sonnenhut (*Echinacea pallida*) vorbeugend und bei der Behandlung von Erkältungskrankheiten sowie grippalen Infekten eine wichtige Rolle. Durch die unspezifische Stimulation des Immunsystems unterstützt und fördert er die natürlichen körpereigenen Abwehrkräfte.

Unser Wissen um die medizinische Verwendung des Sonnenhutes verdanken wir zum großen Teil den Indianern Nordamerikas. Der Sonnenhut gehörte zu ihren wichtigsten Arzneipflanzen, die sie traditionell verwendeten, um fieberhafte Erkrankungen, Insektenstiche, schlecht heilende Wunden und sogar Schlangenbisse zu heilen. Er ist bei allen entzündlich-fiebrigen Prozessen, die sich an Verletzungen anschließen, wirksam und unterstützt die Behandlung von Wunden und Hauterkrankungen.

Ein Porträt des Sonnenhuts finden Sie unter: www.dr.hauschka-med.de/qualitaet/pflanzenarchiv/sonnenhut



Sonnenhut = *Echinacea pallida*



Zähne sind nicht nur Ausdruck unserer Vitalität, sondern auch unserer inneren Entwicklung. Mit dem Zahnwechsel betritt das Kind seinen Weg zum Erwachsenwerden.

Dr.Hauschka Med Zahn

Wohlgefühl fängt im Mundbereich an

Zähne erfüllen eine wichtige Aufgabe. Durch die Zerkleinerung bereiten sie die Nahrung für eine optimale Verdauung vor. Gesunde Zähne sind deshalb eine wichtige Grundvoraussetzung für eine stabile Gesundheit.

Und Zähne sind kleine Wunderwerke. Der sie umgebende Zahnschmelz ist die härteste Körpersubstanz des Menschen. Er ist durch eingelagerte Mineralien wie Calcium, Phosphat, Magnesium und Natriumverbindungen so widerstandsfähig, dass man mit ihm sogar Stahl ritzen kann. Dennoch ist er durch ständige Belastung starker Abnutzung ausgesetzt. Etwa tausendmal am Tag beanspruchen wir die Kauflächen. Der Zahn selber ist über die Zahnwurzel und den Faserapparat im Kiefer so verankert, dass er bei Extrembelastung geringfügig nachgeben kann. Das ihn umgebende Zahnfleisch schützt den empfindlichen Zahnhals.

Nahrungsreste, die zwischen den Zähnen hängen bleiben, sind ein guter Nährboden für Bakterien, die durch Plaquebildung Entzündungen am Zahnfleisch – Parodontitis – oder durch Säureschädigung des Zahnschmelzes Karies verursachen können. Die beste Grundlage für gesunde Zähne und kräftiges Zahnfleisch ist deshalb die tägliche Zahnhygiene, die Plaque erst gar nicht entstehen lässt, den Zahnschmelz remineralisiert und dadurch wieder härtet. Der natürliche Speichelfluss neutralisiert zudem das Mundmilieu.

Das Wohlgefühl im Mundbereich anfängt, wussten viele Kulturen bereits vor Tausenden von Jahren. Faserig gekaute Zweige des Neembaums (*Azadirachta indica*) als Zahnbürsten sowie Mundspülungen erwähnte bereits das altindische Gesetzbuch von Manu aus dem Jahre 600 v. Chr.



Ernährung für gesunde Zähne

Die Pflege der Zähne fängt bei der Ernährung an, besonders bei Kindern. So ist Zucker ein gefundenes Fressen für Kariesbakterien. Reduzieren Sie deshalb den Süßigkeitenverzehr Ihres Kindes. Neben der konsequenten Zahnhigiene ist für die Kariesprophylaxe eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung wichtig, die die Zähne für ein gesundes Wachstum mit allen essentiellen Nährstoffen versorgt. Wer gründlich kaut und weniger säurebildende Nahrungsmittel wie weißen Zucker, Fleisch und Weißmehl isst, bewahrt das basische Milieu des Speichels. Und das wiederum erhält die Zahngesundheit. Denn plaquebildende Bakterien wachsen lieber in einem sauren Milieu.

Schutz für den Zahnschmelz

Ein basisches Mundmilieu schützt den Zahnschmelz. Auch wenn er die härteste Substanz in unserem Körper ist, greifen ihn Säuren an und lösen Magnesium- sowie Calciumverbindungen aus ihm heraus. Eine remineralisierende Zahnpflege unterstützt den angegriffenen Zahnschmelz. Aesculin aus der Rosskastanie stabilisiert zusätzlich das gesunde Gleichgewicht im Speichel. Die Wirksamkeit von Fluoriden ist dabei umstritten. Insbesondere bei Kindern sollte man vorsichtig mit einer Fluoridgabe sein. Fluorid stimuliert die knochenbildenden Zellen und kann im Übermaß zu einer Verhärtung führen, die den Wachstumsprozess zu frühzeitig hemmt.

Dr. med. dent. Hans Dieter Schwertfeger empfiehlt: So putzen Sie richtig

Putzen Sie die Zähne nach jeder Mahlzeit. Setzen Sie dazu die Zahnbürste in einem Winkel von 45 Grad mit den Borsten in Richtung Zahnfleisch an und wischen Sie mit ihr mit leicht vibrierenden Bewegungen und ohne starken Druck am Zahnfleisch beginnend über die Zähne. Durch die vibrierende Bewegung massieren Sie gleichzeitig das Zahnfleisch, fördern seine Durchblutung und erleichtern dem Organismus dadurch, entzündliche Stoffe zu beseitigen. Regelmäßiges Putzen verhindert zudem, dass Plaque entsteht, die sich mechanisch beseitigen lässt, solange sie noch nicht ausgehärtet ist. Und wo keine Plaques sitzen, können die stärkenden Inhaltsstoffe der Zahncreme direkt wirken. Alle drei Monate sollten Sie sich eine neue Zahnbürste gönnen.

Mit der Zahnbürste nur auf den Kauflächen schrubben
Über Zahnfleisch und Zahnflächen nur mit vibrierender Bewegung wischen



Interview mit dem anthroposophischen Zahnarzt Dr. med. dent. Hans Dieter Schwertfeger

Dr.Hauschka Med: Gerne ignorieren wir unsere Zähne so lange, bis sie sich schmerzlich in Erinnerung rufen. Und dann lassen wir allein den schmerzenden Zahn behandeln. Ist das der richtige Weg?

Dr. med. dent. Hans Dieter Schwertfeger: Wichtig ist, die Zähne nicht isoliert zu betrachten, denn sie sind vielseitig mit dem Organismus und auch mit unserem seelischen Empfinden verbunden. So kann ein kranker Zahn einen Hinweis auf ein erkranktes Organ geben oder auf seelische Probleme. Das Gespräch mit dem Patienten ist deshalb wichtig, um mögliche Zusammenhänge erkennen zu können und anzuregen, sich zusätzlich behandeln zu lassen, um auch dem Zahn zu helfen.

Oft sagt man, ein sauberer Zahn wird nicht krank. Dennoch wird schon jeder von uns wegen Karies und anderer Be-

schwerden beim Zahnarzt gewesen sein. Steht es um unsere Mundhygiene so schlecht?

Die meisten Zahnerkrankungen ließen sich tatsächlich durch eine gute Mundhygiene vermeiden. Allerdings gilt auch hier, dass der Zahn Teil des Gesamtorganismus ist und seine Gesundheit vom ganzen Menschen, so zum Beispiel auch von seiner Ernährung, abhängt.

Was muss ich bei der Mundhygiene beachten?

Ausschlaggebend ist die richtige Technik, Tipps dazu finden Sie auf Seite 33. Im Übrigen sollte man es mit der Zahnhygiene nicht übertreiben.

Kann ich denn zu viel putzen?

Im gewissen Sinne ja. Manchen Menschen haben dünne zahntragende Knochen mit darüberliegendem dünnem Weichgewebe. Wenn diese Personen zu fest bürsten, können sie Probleme mit zurückgehendem Zahnfleisch bekommen. Das oft schmerzhaftes Ergebnis sind freiliegende Zahnhälse. In diesem Fall sollte man zu sehr weichen Zahnbürsten, spezieller Bürstmethode und milden Zahncremes wechseln.



Was empfehlen Sie gegen Plaque?

Der Mundraum enthält wie eine kleine Mikrowelt ein ausgeglichenes und gesundes Gleichgewicht an Mikroorganismen. Man sollte ihn deshalb nicht ständig mit desinfizierenden Substanzen gegen Plaques spülen. Denn dadurch zerstört man dieses Gleichgewicht. Eine gute naturheilkundliche Alternative sind Auszüge aus der Rinde der Rosskastanie. Sie wirken verblüffend gut gegen Plaquebildung.

Sie erwähnten vorhin die Ernährung. Wie wichtig ist sie für die Zahngesundheit?

Sehr. Schlechte Ernährung kann sich ganz besonders in Zahnfleischerkrankungen wie der Parodontose bemerkbar machen, die eigentlich eine Stoffwechselstörung ist. Aber auch mangelnder Rhythmus im Tagesgeschehen und hastiges Essen haben Auswirkungen auf die Vitalität des ganzen Organismus und damit auf unsere Zähne. Der Zahnstatus ist damit ein Ausdruck dafür, wie gut wir mit unserer Gesundheit allgemein umgehen.

Wie wichtig ist es, die Zähne mit fluoridhaltiger Zahncreme zu putzen?

Das muss man von Fall zu Fall entscheiden. Wer Amalgamfüllungen im Mund hat, sollte zum Beispiel auf Zahncremes mit Fluorid verzichten, weil es das Quecksilber aus der Füllung herauslösen kann. Bei Kindern kann zu viel Fluorid zu Verhärtungen im gesamten Organismus führen, die das gesunde Wachstum ausbremsen. Wer allerdings unter sehr weichen Zähnen leidet, dem empfehle ich auch schon einmal, für eine Weile Zubereitungen mit natürlichem Fluorid, allerdings in potenziert Form, zu verwenden. Sehr gut sind hier auch Zubereitungen mit Auszügen aus Rosskastanienrinde. Sie unterstützen das Gleichgewicht im Speichel so gut, dass die Zähne in diesem gesunden Milieu stabiler und weniger anfällig für Erkrankungen sind.



Pfefferminze – Mentha piperita

Dr.Hauschka Med Forte Zahncreme Minze

stärkt das Zahnfleisch

schützt wirksam
vor Entzündungen

Ein kräftiges Zahnfleisch und eine gewissenhafte Mundhygiene sind die besten Voraussetzungen für gesunde Zähne. Wichtig ist dabei, die Mundflora zu stabilisieren, damit sich schädliche Bakterien erst gar nicht ansiedeln können. Wer die Zähne regelmäßig mit einer stärkenden Zahncreme reinigt, beugt damit Plaque (bakteriellem Zahnbelag) und in der Folge Zahnstein, Zahnfleischentzündungen und Karies vor. Dr.Hauschka Med **Forte Zahncreme Minze** wirkt nachgewiesen schnell entzündungshemmend, kräftigt das Zahnfleisch und sorgt für eine ausgewogene, stabile Mundflora.

- Entfernt, regelmäßig angewendet, Zahnbelag und beugt dadurch der Entstehung von Zahnstein, Zahnfleischentzündungen und Karies vor
- Adstringierende Auszüge aus Rosskastanie stärken das Zahnfleisch und beugen Zahnfleischblutungen vor
- Antimikrobiell wirkende natürliche ätherische Öle sind entzündungshemmend und sorgen für einen frischen Atem



- › Gemeinsam mit erfahrenen Zahnärzten entwickelt
- › Frei von chemisch-synthetischen Farb-, Duft- und Konservierungsstoffen
- › Frei von zugesetzten Fluoriden und Tensiden

Forte Zahncreme Minze, 75 ml

Inhaltsstoffe: Wasser, Sorbit, Natriumsilikat, Glycerin, Meeresalgenauszug, weißer Ton, Citronensäure, Kieselerde/Kieselsäure, Ätherische Öle, Pfefferminzöl, Auszüge aus Neemblättern und Rosskastanie, Mastix, Propolis, Alkohol, Chlorophyll, Titandioxid.

- › Gemeinsam mit erfahrenen Zahnärzten entwickelt
- › Frei von chemisch-synthetischen Farb-, Duft- und Konservierungsstoffen
- › Frei von zugesetzten Fluoriden und Tensiden

Sensitiv Zahncreme Sole, 75 ml

Inhaltsstoffe: Bad Dürrenberger Sole, Calciumcarbonat, Wasser, Sorbit, Glycerin, Meersalz, Kiesegel, Xanthan, Meeresalgenauszug, Zaubernusswasser, Ätherische Öle, Citronenöl, Grapefruitöl, Kieselerde, weißer Ton, Mastix, Moorextrakt, Xanthophyll.



Dr.Hauschka Med Sensitiv Zahncreme Sole

Sensible Zähne mit freiliegenden, empfindlichen Zahnhälsen benötigen besondere Fürsorge. Die Reinigung muss schonend erfolgen, um weiteren Abrieb zu vermeiden. Sie muss aber gleichzeitig so gründlich sein, dass die Zähne gesund bleiben. Denn der beste Schutz gegen Plaque (bakteriellen Zahnbelag) und in der Folge Zahnstein und Karies sind saubere Zähne, ein stabiles Zahnfleisch und eine gestärkte Mundschleimhaut. Dr.Hauschka Med **Sensitiv Zahncreme Sole** ist die milde und dennoch gründliche Reinigung für sensible Zähne mit freiliegenden, empfindlichen Zahnhälsen.

- Entfernt, regelmäßig angewendet, Zahnbelag und beugt dadurch der Entstehung von Zahnstein und Karies vor
- Dreifache, schonende Putzkraft auf natürlicher Basis
- Antimikrobiell wirkende natürliche ätherische Öle pflegen den Mundraum
- Zaubernusswasser kräftigt die Mundschleimhaut
- Mit natürlicher Sole aus der Heilquelle Bad Dürrenberg
- Ohne Pfefferminz und Menthol, deshalb auch von Homöopathen empfohlen



sanfte Reinigung für
empfindliche Zähne

mentholfrei



- › Frei von chemisch-synthetischen Farb-, Duft- und Konservierungsstoffen
- › Frei von zugesetzten Fluoriden, Tensiden und Alkohol

Kinder Sensitiv Zahngel Orange, 50 ml

Inhaltsstoffe: Sorbit, Wasser (Mineralbrunnen), Glycerin, Rosenwasser, Kieselgel, Zaubernusswasser, Orangenblütenwasser, Guarmehl, Natrium-Magnesium-Silikat, Ätherisches Orangenöl, Ätherische Öle, Auszüge aus Hagebutte und Sanddornbeeren, Xanthan, weißer Ton, Aesculin (aus Kastanienrinde).



Orange – Citrus aurantium dulcis

Dr. Hauschka Med Kinder Sensitiv Zahngel Orange

Milchzähne benötigen besonderen Schutz und eine gründliche, aber gleichzeitig milde Pflege, weil ihr Zahnschmelz noch nicht vollständig ausgereift ist. Das Zahnfleisch ist oft strapaziert und empfindlich, wenn neue Milchzähne durchwachsen. Wer in dieser sensiblen Phase die jungen Zähne und das Zahnfleisch täglich richtig und konsequent putzt und pflegt, setzt den Grundstein für gesunde und kräftige Zähne im Erwachsenenalter. Dr. Hauschka Med **Kinder Sensitiv Zahngel Orange** sorgt für eine ausgewogene, stabile Mundflora und kräftigt die Mundschleimhaut.

- Entfernt, regelmäßig angewendet, Zahnbelag und beugt dadurch der Entstehung von Karies vor
- Gestärkte Mundschleimhaut durch Rosen-, Orangenblüten- und Zaubernusswasser
- Sanddornbeeren helfen, das Zahnfleisch zu kräftigen
- Frisch-fruchtiger Geschmack
- Zahnärztlich getestet
- Ohne Pfefferminz und Menthol, deshalb auch von Homöopathen empfohlen

natürliche Kariesprophylaxe für gesunde Milchzähne

Dr.Hauschka Med Mundspülung Salbei

stärkt und strafft
das Zahnfleisch

sorgt für frischen Atem

Mundspülungen unterstützen effektiv die Zahnreinigung und verleihen das sichere Gefühl eines frischen Atems. Wo Zahnbürste und Zahnseide nicht hinkommen, sorgen sie für Hygiene. Dr.Hauschka Med **Mundspülung Salbei** beugt Entzündungen im Mundraum vor und stabilisiert die Mundflora, so können sich schädliche Bakterien erst gar nicht ansiedeln.

- Gestärktes und gestrafftes Zahnfleisch durch adstringierende Auszüge aus Ratanhia, Myrrhe und Tormentill
- Mit Auszügen aus entzündungshemmendem Salbei, wundheilungsfördernder Ringelblume und reizmilderndem Eibisch
- Kombination antibakteriell wirkender ätherischer Öle für einen frischen Atem
- Bereits gebrauchsfertig



Salbei – Salvia officinalis



- › Frei von chemisch-synthetischen Farb-, Duft- und Konservierungsstoffen
- › Frei von zugesetzten Fluoriden und Tensiden

Mundspülung Salbei, 300 ml
Inhaltsstoffe: Wasser, Alkohol, Sorbit, Auszüge aus Eibischblättern, Salbei, Ratanhia, Ringelblume, Tormentill, Rosskastanienrinde, Neemblättern und Myrrhe, Ätherische Öle, Natrium-Magnesium-Silikat, Glycerin, Propolis.



Roskastanie – Aesculus hippocastanum

Den in Dr.Hauschka Med verwendeten Auszug aus Rosskastanienrinde stellen wir nach einem speziellen rhythmischen Verfahren selbst her.

Die frisch geschälte Rinde kochen WALA Mitarbeiter in Wasser und füllen sie danach in Steinzeugtöpfe, in denen die Mischung dem WALA-eigenen rhythmischen Verfahren unterzogen wird. Über einen Zeitraum von sieben Tagen wirken auf die Essenz licht- und bewegungsrhythmische Prozesse, die aus der Kenntnis der Naturrhythmen und des menschlichen Organismus entwickelt wurden: Mitarbeiter rühren morgens und abends die Ansätze zweimal kräftig durch. Dabei kommt Licht an die sonst im Dunkeln stehenden Ansätze. Nach einer Woche pressen die WALA Mitarbeiter die Essenzen ab und filtrieren sie. Einen kleinen Teil des veraschten Pressrückstandes geben sie der filtrierten Essenz zu.

Roskastanie für starke Zähne

Die stärkende Wirkung von **Forte Zahncreme Minze**, **Kinder Sensitiv Zahngel Orange** und **Mundspülung Salbei** beruht unter anderem auf einem Auszug der Rosskastanienrinde (*Aesculus hippocastanum*), die das gewebebefestigende Aesculin enthält. Aesculin stärkt das Zahnfleisch und wirkt harmonisierend zwischen den aufbauenden sowie verhärtenden Prozessen im Organismus. Diese gegenläufigen Tendenzen spielen eine wichtige Rolle bei der Zahnentwicklung: Der Zahn wächst und benötigt gleichzeitig Formung und Aushärtung.

Die Rosskastanie lebt in dieser Polarität, die sich bei ihr im Gegensatzpaar von Licht/Leichtigkeit und Dunkelheit/Schwere findet. Die Samen keimen in der Dunkelheit des schweren Erdreiches. Der einmal ans Tageslicht gelangte Spross strebt mit eiligem Tempo dem Licht entgegen. Bereits im ersten Jahr erlangt der junge Baum die Höhe von einem halben Meter. Die noch im Frühjahr frisch treibenden Blätter mit ihrem zarten, durchlichteten Grün werden mit zunehmendem Alter immer dunkler, schwerer und gefestigter.

Ein Porträt der Rosskastanie finden Sie unter: www.dr.hauschka-med.de/qualitaet/pflanzenarchiv/rosskastanie

Bad Dürrenberger Sole für schonende Putzkraft

Die dreifache schonende Putzkraft der Dr.Hauschka Med **Sensitiv Zahncreme Sole** basiert außer auf mineralischem Calciumcarbonat und kräftigender Kieselerde auf Salz. Salz regt den natürlichen Speichelfluss an, neutralisiert dadurch schädliche Säuren und unterstützt die Selbstreinigung im Mundraum. Die **Sensitiv Zahncreme Sole** enthält neben Meersalz aus naturbelassener, traditioneller Gewinnung zusätzlich natürliche Sole, salzhaltiges Wasser, aus der Heilquelle Bad Dürrenberg.

Die Bad Dürrenberger Sole, die direkt aus der Quelle neben der Saale entspringt, enthält sechs bis acht Prozent Salz. Um sie anzureichern, ließ Johann Gottfried Borlach (1687–1768) ein so genanntes Gradierwerk erbauen. Dieses Bauwerk beherbergt ein verblüffend einfaches und energiesparendes Verfahren, um den Salzgehalt in der Sole zu erhöhen. Im Prinzip ist es ein riesiges, zwölf Meter hohes Holzgestell für Schlehenäste, auf das windkraftbetriebene Pumpen die Quellsole hinaufbefördern. Über seitliche Ablässe fließt die Quellsole sofort wieder hinab und verteilt sich dabei auf der großen Oberfläche des Geästes, durch das der Wind ungehindert wehen kann. So verdunstet das Wasser, konzentrierte und gleichzeitig gereinigte Sole mit 22 bis 24 Prozent Salzgehalt kommt unten an.

Die Dürrenberger Sole ist qualitativ sehr hochwertig und rein. Sie ähnelt in ihrer Zusammensetzung dem Wasser des Toten Meeres. Durch ihre besondere Güte wurde sie weltweit bekannt. Heute ist die Inhalation der Solenebel, die neben dem Gradierwerk entstehen, medizinisch anerkannt. Sie befeuchten die Atemwege, kleinste Kristalle des Salzes setzen sich an den Wandungen der Luftwege ab und wirken sekretlösend, der ganze Atemtrakt wird von Bakterien gereinigt.

Mit mehr als 636 Metern Länge steht in Bad Dürrenberg das längste zusammenhängende Gradierwerk weltweit.

Bad Dürrenberger Sole ähnelt in ihrer Zusammensetzung dem Wasser des Toten Meeres.

Weitere Informationen:
www.badduerrenberg.de

infothek

Aus dem Wissen, dass Störungen an Zähnen und Kiefer zu erheblichen gesundheitlichen Belastungen in ganz anderen Teilen des Körpers führen können, haben sich in der Internationalen Gesellschaft für ganzheitliche ZahnMedizin (GZM) ganzheitlich arbeitende Therapeuten zusammengeschlossen: www.gzm.org

Mit den Themen biologische Zahnerhaltung und Umwelt-Zahnmedizin beschäftigt sich: www.forum-nat-zahngesundheit.de

Fragen von Patienten rund um den Zahn beantworten Zahnärzte unter: www.zahnforum.org



Buchtipps

Suliko Schreckenbach, Dirk Schreckenbach

Zahngelüster®: Die Zähne, Spiegelbild deiner Seele

Homburg: Portal zur Gesundheit 2006

ISBN 978-3-9810827-5-3

Der Zahnarzt und Heilpraktiker Dr. med. dent. Dirk Schreckenbach erklärt in diesem Buch detailliert die Bezüge von seelischen Hintergründen zu dem jeweiligen Zahn und gibt dem Leser damit die Möglichkeit, unentdeckte und unbewusste seelische und emotionale Probleme zu erkennen und zu verstehen.



Dirk Schreckenbach

An jedem Zahn hängt immer auch ein ganzer Mensch

Homburg: Portal zur Gesundheit 2004

ISBN 978-3-0001192-9-3

Dr. med. dent. Dirk Schreckenbach erklärt, welche Auswirkungen erkrankte Zähne auf die Gesundheit des Menschen, seine Organe und seine Psyche haben können. Genauso beleuchtet er die umgekehrten Zusammenhänge, das heißt die Folgen körperlicher oder geistig-seelischer Probleme, für die Zähne.

Die WALA Heilmittel GmbH

Qualität aus der Natur

Aus der Natur für den Menschen. Das ist nicht nur der Kerngedanke der WALA. Es ist vielmehr Ausdruck der gesamten Firmenkultur und Basisgedanke bei all ihren Präparaten: ob WALA Arzneimittel, Dr.Hauschka Kosmetik oder Dr.Hauschka Med. Hochwertige pflanzliche Öle wie Mandelöl, Avocadoöl, Jojobaöl. Hautpflegende Heilpflanzen wie Zaubernuss, Salbei oder Mittagsblume. Natürliche ätherische Öle wie Pfefferminzöl, Orangenöl oder Citronenöl. Das sind nur einige Inhaltsstoffe der Dr.Hauschka Med Präparate, die ihre unverwechselbare Qualität ausmachen.



Nachhaltiges Wirtschaften für natürliche Qualität

Eine medizinische Hautpflege in konstant hoher Qualität und jederzeit verfügbar herzustellen, ist eine besondere Herausforderung. Nachwachsende Rohstoffe bedürfen einer weitsichtigen Planung und gewissenhaften Qualitätsprüfung. Im eigenen biologisch-dynamischen Garten kultivieren die Gärtner viele Heilpflanzen. Alle Komponenten sind streng auf ihre Qualität geprüft. Sie stammen, wenn immer möglich, aus biologisch-dynamischem oder kontrolliert-biologischem Anbau oder aus Wildsammlungen.

Anbauprojekte weltweit

Mit Anbauprojekten in der ganzen Welt sorgt die WALA für Inhaltsstoffe in bester Qualität und ausreichender Menge. Sie fördert den biologisch-dynamischen Landbau und ermöglicht Menschen in strukturarmen Ländern eine selbstbestimmte Zukunft. Die pflanzliche Sheabutter aus dem afrikanischen Burkina Faso und ätherisches Rosenöl aus Bulgarien sind Beispiele dafür.

WALA Heilpflanzengarten

Einen Heilpflanzengarten auf dem schweren Lehmboden der Schwäbischen Alb? Die Bauern Eckwäldens schauten recht ungläubig, als die WALA in den 1950er Jahren für ihr neues Vorhaben ein Stück Land suchte. Dr. Rudolf Hauschka (1891-1969) erwarb eine sumpfige Wiese am Fuße des Berghangs direkt hinter dem Bauland für das neue Firmengebäude, das die Gärtner seitdem mit biologisch-dynamischen Methoden bewirtschaften. Nach vielen Jahren wurde die Erde feinkrümelig und leicht zu bearbeiten. Die Gärtner kultivieren heute mehr als 150 verschiedene Heilpflanzen für die Herstellung der WALA Präparate auf den inzwischen 4,5 Hektar umfassenden Flächen. Zwischen Seerosenteich, Bachlauf, Bienenstöcken, Blumenwiesen und Wäldchen fühlen sich Schmetterling, Libelle, Kröte und Feuersalamander zuhause.

Was bedeutet biologisch-dynamischer Anbau?

Diese 1924 von Dr. Rudolf Steiner (1861-1925) angeregte Methode betrachtet den Garten als einen möglichst in sich geschlossenen Kreislauf. Saatgut, Kompost und Aussaaterde stammen weitgehend aus eigener Herstellung. Die Gärtner setzen verschiedene pflanzliche Zubereitungen ein: damit sich der Kompost besser umsetzt und um die Pflanzen gegen Schädlinge und Krankheiten zu stärken. Handarbeit ist wesentlich bei der Arbeit mit den Pflanzen. Bei Aussaat und Ernte arbeiten die WALA Gärtner mit den Rhythmen der Natur. Kräftige, gesunde Pflanzen sind das Ergebnis. Die richtige Basis für die Dr.Hauschka Med Präparate.



WALA Arzneimittel

Die Geschichte der WALA Heilmittel GmbH beginnt 1935. Damals gründete Dr. Rudolf Hauschka das Unternehmen WALA und stellte die WALA Arzneimittel her. WALA Arzneimittel sind moderne Therapeutika, die aus natürlichen Substanzen als Einzelmittel oder Kompositionen hergestellt werden. Durch Wärme-, Rhythmisierungs- und Potenzierungsverfahren werden sie dabei so aufbereitet, dass sie sich den menschlichen Prozessen annähern und Heilkraft erlangen. Die etwa 900 verschiedenen WALA Arzneimittel aktivieren die Selbstheilungskräfte des Körpers, indem sie die Körperfunktionen harmonisieren und die Abwehrkräfte stärken. Dadurch ergänzen sie die schulmedizinischen Methoden. Sie sind zur Therapie sowohl akuter als auch chronischer Erkrankungen geeignet und kommen bei der Selbstmedikation (z. B. gegen Erkältung) und bei der Therapie schwerer Krankheiten durch den Arzt zum Einsatz, wie etwa bei der Misteltherapie gegen Krebs. Das Menschenbild der Anthroposophie liegt der Arzneimittelfindung und der therapeutischen Anwendung der Arzneimittel zugrunde.

Dr.Hauschka Kosmetik

Die Zutaten aus der Natur, ausgewählte Heilpflanzen aus biologisch-dynamischem, kontrolliert-biologischem Anbau oder betreuter Wildsammlung, ein ganz eigenes Behandlungskonzept und ein Kerngedanke, der die Kosmetik und das Pflegekonzept prägt: Die Haut besitzt eigene Kräfte, sich zu versorgen und zu regenerieren. Eine Kosmetik muss sie darin unterstützen. Das macht die Einzigartigkeit der Dr.Hauschka Kosmetik aus. Die Eigenaktivität der Haut kann durch zu viel Sonne, Wind oder andere Faktoren geschwächt sein. Dr.Hauschka Kosmetik weckt sie wieder auf. Sie stärkt die gesunden hauteigenen Vorgänge und Rhythmen und schützt vor äußeren Einflüssen. Dr.Hauschka Kosmetik ist frei von chemisch-synthetischen Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen und ausgezeichnet mit dem BDIH-Prüfsiegel „Kontrollierte Natur-Kosmetik“. Das Sortiment umfasst mehr als 130 verschiedene Präparate zur Gesichts- und Körperpflege sowie Dekorativen Kosmetik.



Fragen zu Dr.Hauschka Med?

Dr.Hauschka Med Präparate sind in autorisierten Naturkostfachgeschäften, Reformhäusern, Naturkosmetikfachgeschäften, Department Stores, Parfümerien, Apotheken und bei Dr.Hauschka Naturkosmetikerinnen erhältlich.

Unser Kundenservice nennt regionale Bezugsquellen und hilft Ihnen bei speziellen Fragen gerne weiter. Sie erreichen ihn montags bis freitags von 8:00 bis 17:00 Uhr unter
Tel. +49 (0)7164 930-181
Fax +49 (0)7164 930-297
info@dr.hauschka-med.de

Oder informieren Sie sich im Internet unter: www.dr.hauschka-med.de

Impressum

Dr.Hauschka Med

1. Auflage, November 2009

Artikel-Nr. 102 723 499 / W904373

© 2009 WALA Heilmittel GmbH

D-73087 Bad Boll/Eckwälden

DEUTSCHLAND

Tel. +49 (0)7164 930-0

Fax +49 (0)7164 930-297

info@wala.de

www.wala.de, www.walaarzneimittel.de, www.dr.hauschka.de, www.dr.hauschka-med.de

Bildnachweis: Sabine Braun, Catrin Cohnen, challenge GmbH, Anne Lüders, Michael Müller, Silicya

Roth, Arne Schneider, zuckerfabrik

Text: Catrin Cohnen

Layout: WALA Grafik, Nicola Gröning

Koordination: Simone Zimmerer, Alexandra Blaha

Papier: Römerturm Druckfein, 240 g/m² und 150 g/m², chlorfrei gebleicht

Druck: haka print und medien GmbH

WALA®, WALA®Logo, viaWALA®, Dr.Hauschka®, Dr.Hauschka Med®, Dr.Hauschka CulturCosmetic®,

CulturCosmetic® und Dr.Hauschka Design sind eingetragene Marken der Firma WALA Heilmittel GmbH.



www.dr.hauschka-med.de